



## Beleef de natuur digitaal!

In deze tijd van corona gaan veel mensen naar buiten, de natuur in. Maar dat is niet voor iedereen vanzelfsprekend. Sommige mensen behoren tot een risicogroep en moeten vanwege hun leeftijd en/of kwetsbare gezondheid juist binnen blijven. De natuur groeit en bloeit in deze zonnige lente intussen onverstoorde verder. Groen en natuur zijn niet alleen prachtig om naar te kijken, maar werken ook stressverlagend en zetten aan tot beweging.

In deze handreiking vind je een aantal tips om de natuur digitaal te beleven.

Breng een virtueel bezoek aan een natuurgebied in de buurt, of laat je juist verrassen door wat Overijssel nog meer te bieden heeft. Zo kun je toch een beetje naar buiten.

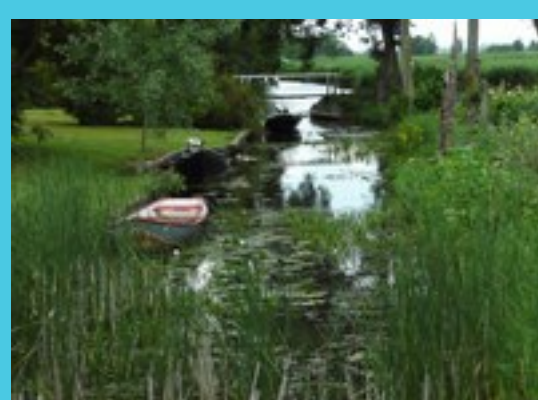
Er gaat natuurlijk niets boven de echte, fysieke natuurbeleving, dus laat deze foto's en video's ook vooral een inspiratie zijn om er op een later moment echt op uit te trekken. Ondersteuning nodig bij het maken van deze plannen? Neem gerust contact op met het team van Natuur voor Elkaar via [natuurvoorelkaar@overijssel.nl](mailto:natuurvoorelkaar@overijssel.nl). We denken graag met je mee. Bovendien zijn we druk met het maken van nieuwe plannen voor Natuur voor Elkaar, waarin groene zorg ook een prominente plek krijgt. Voor nu sturen we deze digitale tips, maar binnenkort kun je bericht van ons verwachten over het nieuwe programma rondom zorg & groen.

Deze tips worden met veel liefde aangeboden door het provinciale team [Natuur voor Elkaar](#) namens Angela Medendorp, samensteller van deze tips.

Veel plezier!

### Weerribben-Wieden

Natuurmonumenten en Google Streetview hebben de handen ineengeslagen om ons digitaal te laten wandelen door Weerribben-Wieden. Klik [hier](#) op de link, wandel over het vlonderpad en draai de camera om rond te kijken!



Het Nationaal Park Weerribben-Wieden heeft zelf ook een video gemaakt om het gebied te introduceren. Klik [hier](#) om het filmpje te bekijken.

### Vechtdal



Langs de uiterwaarden van de Vecht bloeien in april en mei miljoenen kievitsbloemen. De kleine bloemen komen nergens anders op zo'n grote schaal voor in Europa. Met recht iets om trots op te zijn, dus! Landschap Overijssel organiseert ieder jaar enkele excursies in het gebied en maakte [deze](#) video om de bloemen ook aan het grote publiek te kunnen tonen.

Het platform Vechtdal Leeft maakt met enige regelmaat mooie video's van de prachtige omgeving. Bekijk via Youtube de video's over [Junne](#), de [heide](#) en de [schaapskudde](#) op de Lemelerberg. Nog niet uitgekeken? Ook Salland Natuurlijk maakte in 2010 een [item](#) over de Lemelerberg. Een mooie gelegenheid om herinneringen op te halen over een favoriet plekje van velen!

### Twente

De Twentse veengebieden zijn een bijzonder onderdeel van het Overijsselse landschap. Natuurfilmer Bert Pot maakte [deze documentaire](#) over het Witte Veen, waarin hij de kijker meeneemt in de unieke flora en fauna van het gebied.



Ook het Haaksbergerveen is ontzettend fotogeniek, zo ontdekte fotograaf Jan Dolfing. In [deze](#) video toont hij een compilatie van zijn mooiste foto's van het gebied, genomen over een periode van ruim een jaar.

In het Aamsveen is Landschap Overijssel hard aan het werk om de natuur te beschermen en versterken. In [dit](#) filmpje laten ze de mooiste plekjes van het gebied zien en geven ze informatie over de maatregelen die er worden genomen.

Met de komst van de drone werd het mogelijk om de natuur vanuit een heel ander perspectief te bekijken. Amateurs en professionals hebben op deze manier al veel natuurgebieden in beeld gebracht. In [deze](#) video krijgen we de kans om de Bergvennen op een geheel nieuwe manier te bekijken.

### Salland



De Sallandse Heuvelrug mag natuurlijk niet in het lijstje ontbreken. Ook dit natuurgebied is met dank aan Natuurmonumenten digitaal te beleven via Google Streetview. Gebruik [deze](#) link en 'wandelen' over de heide!

De serie Salland Natuurlijk is rond 2010 opgenomen, maar de uitzendingen zijn nog minstens even informatief. Kijk bijvoorbeeld de afleveringen over de [Sallandse Heuvelrug](#) of het [Boetelerveld](#).

Veel mensen hebben fijne associaties en/of herinneringen aan de IJssel. In [deze](#) video worden we meegenomen langs de uiterwaarden bij Deventer.

### Extra tips

#### Magazine Vitamine Groen

Groen en gezondheid gaan prima samen. Ze kunnen elkaar zelfs versterken. Uit onderzoek blijkt dat natuur een positieve uitwerking heeft op gezondheid. Gebruik de natuur als medicijn! Natuur voor Elkaar maakte het magazine Vitamine Groen, vol inspirerende achtergrondverhalen en voorbeelden over groen en gezondheid. Nieuwsgierig? Lees een voorproefje én vraag het magazine **gratis** aan [via de website!](#)



#### Live nestkastjes bekijken

Ook de vogels zitten natuurlijk niet stil in deze periode. Via [www.nestkastlive.nl](http://www.nestkastlive.nl) én via [www.beleefdelente.nl](http://www.beleefdelente.nl) kun je 24 uur per dag de camera's in de nestkaste van verschillende vogelsoorten bekijken. Veel vogels zijn nu aan het broeden en de eieren kunnen dus elk moment uitkomen! Met een account op de website is het tevens mogelijk om te communiceren met anderen die de stream bekijken.

Ontzettend veel kijkplezier gewenst! We hopen van harte dat deze beelden helpen om de dagen meer kleur te geven.

Namens de partners Natuur voor Elkaar

Overijssel



Deze e-mail is verstuurd aan [{{email}}](#)

Wil je geen nieuwsbrief meer van ons ontvangen? [Meld je hier af](#)

Aan deze nieuwsbrief kunnen geen rechten worden ontleend.